

ROTULAGEM vs DDR: A REALIDADE DOS SUPLEMENTOS ALIMENTARES VITAMÍNICOS

RACS
2020

ID 69

Inez R.¹, Costa I.M.¹, Auxtero M.D.¹, Figueiredo A.¹

isabelc@egasmoniz.edu.pt

¹ PharmSci Lab/CiiEM - Innovative Solutions in Pharmaceutical Sciences,
Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz CRL, Monte de Caparica, Portugal



INTRODUÇÃO

Na última década, foi observado um **aumento no consumo de vitaminas e suplementos alimentares (SA) em todo o mundo**. Os SA não estão sujeitos a prescrição médica e estão disponíveis em locais de fácil acesso.

Em 2018, mais de 2 milhões de portugueses admitiram consumir este tipo de produtos [1].

Existe na população a perceção generalizada de que o termo "vitamina" denota algo inofensivo e vital [2]. No entanto, uma ingestão contínua de altas doses de vitaminas pode ter efeitos adversos no organismo.

Alguns estudos revelaram que apenas 30% dos SA comercializados através da Internet estavam em conformidade com a legislação vigente [3].

OBJETIVOS

Avaliar se a dose diária das vitaminas mencionada nos rótulos dos SA está em conformidade com a Dose Diária Recomendada (DDR) para essa vitamina estabelecida pela Diretiva da União Europeia [4] e pela Legislação Portuguesa [5].

MATERIAL E MÉTODOS

Avaliação da dose diária de cada vitamina indicada no rótulo dos SA

Vitaminas: A, B1, B2, B3, B5, B6, B7, B9, B12, C, D, E, K

Suplementos Alimentares

Comercializados em Portugal:

- farmácias
- supermercados
- health shops
- internet

CRITÉRIOS DE INCLUSÃO:

- Forma farmacêutica líquida oral
- Rótulo indicar uma ou mais vitaminas, independentemente da finalidade atribuída ao SA

Comparação com:

- a DDR de cada vitamina definida em legislação;
- o UL (Nível de Ingestão Máximo Tolerável) indicado pela EFSA, quando aplicável.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

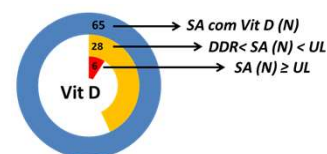
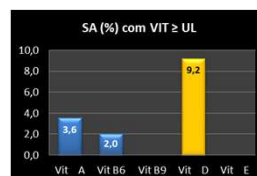
Total de rótulos de SA analisados: **N=116**;
as vitaminas mais prevalentes são a **vit D** e **vit C**:



Todas as vitaminas apresentam valores > DDR em alguns dos rótulos dos SA analisados:



Das vitaminas com UL estabelecido pela EFSA, algumas apresentam valores > UL na rotulagem dos SA, destacando-se a vit D:



CONCLUSÕES

- A maioria dos rótulos dos SA recomenda doses diárias de vitaminas acima da DDR;
- Em alguns SA a dose de vitaminas rotulada **ultrapassa o UL, sobretudo a vit D**;
- Algumas destas formulações são destinadas ao **consumo infantil**, o que aumenta a preocupação com a segurança dos SA;
- Atualmente, os responsáveis pela segurança dos SA e autenticidade dos rótulos são os operadores económicos que colocam os SA no mercado;
- **É crucial que as doses de vitaminas presentes nos SA sejam revistas, garantindo a segurança destes produtos.**

REFERÊNCIAS

- [1] Marktest. Consumo Marktest. Consumidores de vitaminas e suplementos duplicam em 5 anos. 219AD. Disponível em: www.marktest.pt.
- [2] Ronis, M. J. J., Pedersen, K. B., & Watt, J. Adverse Effects Of Nutraceuticals And Dietary Supplements. Annual Review of Pharmacology and Toxicology, 6(58), 583-601, 2018.
- [3] Lachenmeier, D. W. et al. Does european union food policy privilege the internet market? Suggestions for a specialized regulatory framework. Food Control, 30(2), 705-713, 2013.
- [4] Regulamento (UE) N.º 1169/2011 do Parlamento Europeu e do Conselho de 25 de Outubro de 2011. Jornal Oficial Da União Europeia, 2011, 18-63.
- [5] Decreto-Lei n.º 54/2010 de 28 de Maio. Diário da República, N.º 104, 1842-1847.